

營養食品

微波爐之震撼

食品營養學社

一以UHF電波來加熱
微波爐乃一種以電波加熱的器
具，微波爐所使用的電波是UHF
F，為電視所用的一種，而其波
長與電視相差很多，但此電波可
用來加熱食物。此乃利用食物所
含的水分，水為一種極性液體，
會被電波所感應，使分子間互相

談到俄國，便令人聯想到東歐與中國，因為從歷史、地理及風俗習慣來看，他們的土風舞在發展過程中是互相影響的，所以在術語、旋律和基本舞步方面都非常相似。

俄國幅員廣大且各地區間沒有天然界線，加上彼此通婚及互相遷徙亦行之久遠，因此俄國土風舞呈現的面貌非常豐富，例如斯拉夫、蒙古、韃靼、土耳其、烏克蘭等地區的舞蹈，但大多源自哥薩克生活區域，哥薩克的舞蹈充滿著騎士精神，不但熱烈甚至狂野刺激（氣候寒冷為主因），以快跑步、高

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

